







平成30年度 5月給食予定献立表



綾町立綾小中学校

| 日 (曜) | しょう 小 | ちゅう 中 | こんだて | | あか しょうひん 赤の食品 | き しょうひん 黄の食品 | みどりしょうひん 緑の食品 | ちようみりよう 調味料その他 |
|-----------------|-----------|----------|------------------------|--|-----------------------|---|--|---------------------------------|
| | | | からだ 体をつくる | エネルギーのもと | からだちようし 体の調子をととのえる | | | |
| 1 (火) | ○ | ○ | こくとう 黒糖パン | | こくとう 黒糖パン | | | |
| | | | ポークビーンズ | だいず ぶたにく チーズ むてんかベーコン | じゃがいも さとう オリーブオイル | たまねぎ にんじん トマト トマトピューレ にんじん | しお けチャップ こしょう デミグラス | |
| | | | ひゅうが なつ 日向 夏みかんサラダ | | さとう | きゅうり にんじん キャベツ ひゅうが なつ 日向 夏みかん | す しょうゆ しお 塩 | |
| 2 (水) | ○ | ○ | むぎ はん 麦ご飯 | | こめ むぎ 米 麦 | | | |
| | | | わかたけ汁 | とうふ わかめ | | こまつな たけのこ にんじん えのきたけ ねぎ | しょうゆ かつお節 こんぶ | |
| | | | から揚げ | とり肉 | こめこ 米粉 でん粉 米油 | にんにく しょうが | しお けしょう 酒 しょうゆ | |
| | | | きゅうりの塩もみ | こどもの日のメニュー (本来は5日) | | きゅうり | しお 塩 | |
| | | | かしわもち | | | あずき 米粉 さとう | | |
| 7 (月) | ○ | ○ | むぎ はん 麦ご飯 | | こめ むぎ 米 麦 | | | |
| | | | とうふの中華に | とうふ うずらたまご ぶた肉 | ごま油 さとう 米油 でん粉 | キャベツ にんじん たまねぎ たけのこ しいたけ たら | しお しょうゆ 塩 | |
| | | | もやしとわかめの中華あえ | むてんかロースハム わかめ | さとう ごま油 | もやし きゅうり わかめ にんじん | しお す しょうゆ 塩 | |
| 8 (火) | ○ | ○ | コッペパン | | コッペパン | | | |
| | | | あやさい 綾 野菜ラーメン | ぶた肉 | ちゅうか 中華めん 米油 ごま油 | キャベツ こまつな ねぎ たけのこ エリンギ にんじん | しょうゆ けしょう とんこつ しお 酒 塩 かつお節 こしょう とりがら | |
| | | | ししゃもフリッター | こも 子持ちししゃも | こめこ 小麦粉 米油 | | | |
| | | | きゅうりの塩もみ (小学校) | | | きゅうり | しお 塩 | |
| きゅうりの昆布あえ (中学校) | こんぶ 昆布 | こま ごま油 | きゅうり | す しょうゆ 塩 | | | | |
| 9 (水) | ○ | ○ | たけのこご飯 | あぶら 油あげ | こめ 米 | | たけのこ にんじん | けしょう しょうゆ 酒 塩 みりん |
| | | | しらたま汁 | とり肉 とうふ | もち | にんじん えのきたけ ねぎ | しょうゆ けしょう 煮干し 酒 塩 | |
| | | | せんぎ だいこん 千切り大根のすのもの | ツナ(まぐろ) こんぶ | さとう ごま ごま油 | せんぎ だいこん 千切り大根 にんじん きゅうり | しお す しょうゆ 塩 | |
| 10 (木) | ○ | ○ | わかめご飯 | わかめ | こめ むぎ 米 麦 水あめ | | | しお しょうゆ 塩 しょうゆ みりん |
| | | | だいず 五目煮 | ぶた肉 だいず | じゃがいも 米油 さとう | にんじん しいたけ こんにゃく ごぼう | しお しょうゆ 塩 しょうゆ みりん | |
| | | | はち 八はい汁 | とり肉 なまあげ | さといも でん粉 | しいたけ えのきたけ にんじん | しょうゆ けしょう こんぶ しお 酒 塩 かつお節 | |
| | | | ヨーグルト(中) | ヨーグルト | | | | |
| 11 (金) | ○ | ○ | ミルクパン | | ミルクパン | | | |
| | | | ポトフ | とり肉 | じゃがいも 米油 | たまねぎ にんじん キャベツ パセリ | しょうゆ しょうゆ 塩 塩 しょうゆ | |
| | | | チーズサラダ | むてんかベーコン チーズ | こめあぶら 米油 | キャベツ きゅうり とうもろこし | しお す しょうゆ 塩 | |
| 14 (月) | ○ | ○ | おやこどん 親子丼 | とり肉 たまご 卵 | こめ むぎ 米 麦 さとう | | たまねぎ にんじん しいたけ エリンギ ねぎ | しょうゆ しょうゆ 酒 酒 煮干し みりん 煮干し |
| | | | 和風サラダ | ちくわ わかめ | さとう 米油 | にんじん キャベツ きゅうり レモン汁 | しお しょうゆ 塩 しょうゆ みりん | |
| | | | ヨーグルト(小) | ヨーグルト | | | | |
| 15 (火) | ○ | ○ | チーズパン | | チーズパン | | | |
| | | | カレーうどん | ぶた肉 あぶら 油あげ | めん | たまねぎ にんじん ぶなしめじ ねぎ こんぶ | 食塩 カレー粉 しょうゆ しょうゆ かつお節 しょうゆ | |
| | | | パンパンジーサラダ | とり肉 みそ わかめ | さとう ごま | きゅうり もやし にんじん しょうが | しお しょうゆ 塩 しょうゆ みりん す | |
| 16 (水) | ○ | ○ | むぎ はん 麦ご飯 | | こめ むぎ 米 麦 | | | |
| | | | に 煮こみハンバーグ | ハンバーグ(牛・玉ねぎ・ぶた肉・パ ン粉・しょうゆ・塩・ケチャップ・ カラメル色素) | | たまねぎ あおまめ ぶなしめじ トマト にんじん | しょうゆ ワイン とりがら 塩 デミグラス ケチャップ ソース | |
| | | | ほうれんそうスープ | ぶた肉 むてんかベーコン | さとう | にんじん ほうれんそう ぶなしめじ たまねぎ | しお しょうゆ 塩 しょうゆ とりがら | |
| 17 (木) | ○ | ○ | むぎ はん 麦ご飯 | | こめ むぎ 米 麦 | | | |
| | | | とり肉とたけのこのみそ煮 | とり肉 うずらたまご みそ | じゃがいも 米油 さとう | たけのこ にんじん こんにゃく ぶなしめじ さやいんげん しょうが | しお しょうゆ 塩 しょうゆ みりん 酒 | |
| | | | きゃべつのごまよごし | ちりめん | さとう くるごま | キャベツ もやし にんじん | しょうゆ | |

| | | | | | | | | |
|-----------|---|---|--|--|----------------------------|---|-----------------------------------|--|
| 18 (金) | ○ | ○ | むぎ はん 麦ご飯 | | こめ むぎ 米 麦 | | | |
| | | | はるさめスープ | ぶた肉 | でん粉 | しいたけ にんじん たまねぎ キャベツ ねぎ しょうが にんにく | しょうゆ とりがら | |
| | | | かつおなんぼん | かつお | こめこ 米粉 米油 さとう | しょうが あおまめ | しょうゆ 酒 す 塩 | |
| | | | タルタルソース | | だいずあぶら 大豆油 さとう | きゅうりピクルス たまねぎ レモン汁 赤ピーマン | す 塩 | |
| 21 (月) | ○ | ○ | むぎ はん 麦ご飯 | | こめ むぎ 米 麦 | | | |
| | | | じゃがいものそぼろ煮 | ぶた肉 なまあげ  | じゃがいも さとう | しょうが たまねぎ にんじん たけのこ 茶こんにゃく しいたけ さやいんげん | しょうゆ 酒 みりん | |
| | | | ちくま 干草あえ | たまご あぶらあげ | さとう ごま | ほうれんそう もやし にんじん | しょうゆ す しょうゆ | |
| 22 (火) | ○ | ○ | コッペパン | | コッペパン | | | |
| | | | キャベツのペペロンチーノ | ぶた肉 むてんかベーコン | スパゲティ オリーブオイル | キャベツ たまねぎ こまつな しいたけ にんにく | ワイン 塩 こしょう わがし とうがらし 輪切り唐辛子 | |
| | | | いわしのトマト煮 | まいわし | さとう こめこ 米粉 | たまねぎ レモン汁  | ケチャップ みりん トマトペースト 塩 | |
| | | | きゅうりの塩もみ (小学校) | | | きゅうり | 塩 | |
| | | | こまつなのサラダ (中学校) | | さとう | こまつな にんじん | す しょうゆ | |
| 23 (水) | ○ | ○ | ひじきご飯 | とり肉 ひじき | こめ むぎ 米 麦 米油 さとう | にんじん しいたけ えだまめ | しょうゆ しょうゆ 酒 みりん | |
| | | | こまつなのみそ汁 | なまあげ みそ わかめ | | こまつな にんじん たまねぎ ねぎ | にほし 煮干し | |
| | | | こうやどうふのきんぴら | こうやどうふ 高野豆腐 こんぶ | さとう ごま ごま油 | ごぼう こんにゃく にんじん | みりん しょうゆ 酒 | |
| 24 (木) | ○ | ○ | むぎ はん 麦ご飯 | | こめ むぎ 米 麦 | | | |
| | | | マーボーはるさめ | ぶた肉 | はるさめ さとう あぶら ごま油 | たけのこ にんじん たまねぎ しいたけ こまつな なら しょうが | しょうゆ オスターソース コブヤシ 酒 塩 とりがら | |
| | | | わかめスープ  | とうふ とり肉 ちくわ(魚肉) でん粉 塩 砂糖 ぶどう糖 みりん) わかめ | ごま | たまねぎ えのきたけ ねぎ | しょうゆ しょうゆ にほし 煮干し | |
| 25 (金) | ○ | ○ | こめこ 米粉パン | | こめこ 米粉パン | | | |
| | | | たまごスープ | たまご むてんかベーコン | さとう でん粉 | キャベツ たまねぎ にんじん パセリ | しょうゆ 塩 こしょう | |
| | | | ぶた肉の和風ジャーマンポテト | ぶた肉 | じゃがいも とうもろこし さとう 米油 バター | たまねぎ にんじん あおまめ | しょうゆ 塩 こしょう | |
| 28 (月) | ○ | ○ | むぎ はん 麦ご飯 | | こめ むぎ 米 麦 | | | |
| | | | ホイコウロウ | ぶた肉 みそ | こめあぶら 米油 さとう ごま油 | しょうが にんにく キャベツ こまつな たけのこ にんじん ねぎ | 酒 しょうゆ 塩 テンメンジャン | |
| | | | にら玉スープ | むてんかベーコン たまご | | えのきたけ なら にんじん たまねぎ | とりがら 塩 しょうゆ 酒 | |
| 29 (火) | ○ | ○ | コッペパン | | コッペパン | | | |
| | | | こめこ 米粉のクリームシチュー | とり肉 ぎゅう 牛にゅう クリーム チーズ | じゃがいも 米粉 米油 バター | たまねぎ にんじん エリンギ こまつな | ワイン 塩 こしょう | |
| | | | ひゅうがなつ 日向夏トレッツガのサラダ | ちりめん | ひゅうがなつ 日向夏トレッツガ | キャベツ きゅうり にんじん とうもろこし | 塩 しょうゆ す こしょう | |
| 30 (水) | ○ | ○ | むぎ はん 麦ご飯 | | こめ むぎ 米 麦 | | | |
| | | | ちくぜん煮 | とり肉 なまあげ | さといも 米油 さとう | たけのこ にんじん ごぼう さやいんげん こんにゃく しいたけ | しょうゆ みりん 酒 | |
| | | | あます和え | ツナ(まぐろ) わかめ | さとう | キャベツ きゅうり もやし | 塩 す しょうゆ | |
| 31 (木) | ○ | ○ | むぎ はん 麦ご飯 | | こめ むぎ 米 麦 | | | |
| | | | かつおのケチャップいため | かつお  | でん粉 こめこ 米油 さとう | あおまめ たまねぎ にんじん | 塩 こしょう ソース ケチャップ しょうゆ | |
| | | | もずくスープ | とうふ もずく | じゃがいも | にんじん えのきたけ しいたけ ねぎ | しょうゆ にほし | |

※ ラーブル(小麦粉 ラード 糖類 牛脂 砂糖 でん粉 カラメル オニオン トマト ニンニク)

※ 毎日牛にゅうがつきます。